

FICHE 3 · TDAH ET TROUBLES DYS

Les signes qui peuvent alerter

Quelques repères pour savoir quand en parler. Un signe isolé ne veut rien dire : c'est l'ensemble, l'intensité et la durée qui comptent.

Cette fiche ne sert pas à poser un diagnostic. Seul un professionnel peut le faire, après un bilan. En cas de doute, parlez-en simplement à votre médecin.

Ce qui doit faire consulter

- Les difficultés **durent** (plusieurs mois) malgré l'aide apportée à l'école et à la maison.
- Elles sont **plus marquées** que chez les autres enfants du même âge.
- Elles ont un **retentissement** : à l'école, avec les copains, en famille, sur le moral de l'enfant.
- Pour le TDAH, les signes se voient dans **plusieurs lieux** (maison et école, par exemple).

En maternelle (3-6 ans)

- Langage oral très en retard ou difficile à comprendre, phrases très simples, peu de mots.
- Grande maladresse : s'habiller, tenir un crayon, découper, dessiner, sauter.
- Agitation bien plus forte que les autres enfants, impossible à canaliser, mises en danger fréquentes.
- Difficulté à jouer avec les autres, à attendre, à suivre une consigne simple.

En primaire (6-11 ans)

- Lecture qui ne se met pas en place au CP-CE1, ou qui reste très lente et laborieuse.
- Beaucoup de fautes, même sur des mots appris, inversions de sons.
- Écriture très lente, douloureuse ou illisible, cahiers peu soignés malgré les efforts.
- Difficulté à comprendre les nombres, à apprendre les tables, à poser un calcul.
- Distraction permanente, oublis, affaires perdues, travail jamais terminé.
- Devoirs très longs et conflictuels, grande fatigue le soir.
- L'enfant dit qu'il est « nul » ou « bête », refuse d'aller à l'école.

Au collège et au lycée

- Difficultés à s'organiser : agenda, cartable, devoirs, plusieurs professeurs.
- Écart important entre ce que l'élève comprend à l'oral et ses résultats à l'écrit.
- Lenteur aux contrôles, copies inachevées.
- Impulsivité, prises de risque, conflits.
- Baisse de l'estime de soi, anxiété, décrochage.

Chez les filles, le TDAH passe souvent inaperçu : elles sont plus souvent « rêveuses » qu'agitées. Pensez-y si votre fille se fatigue beaucoup, oublie, se dévalorise.

Ce que vous pouvez faire tout de suite

- Noter ce que vous observez, avec des dates (le carnet Nana & Nono est fait pour ça).
- En parler à l'enseignant : voit-il la même chose en classe ? (fiche 5)
- Prendre rendez-vous avec le médecin traitant ou le pédiatre, en apportant vos notes (fiche 4).
- Faire vérifier la vue et l'audition.

Sources

1. HAS, Trouble du neurodéveloppement / TDAH : diagnostic et interventions thérapeutiques auprès des enfants et adolescents, recommandation 2024 : https://www.has-sante.fr/jcms/p_3302482/fr/trouble-du-neurodeveloppement/tdah-diagnostic-et-interventions-therapeutiques-aupres-des-enfants-et-adolescents
2. HAS, Troubles « dys » : vers un parcours de santé gradué et coordonné, 2018 : https://www.has-sante.fr/jcms/pprd_2974221/fr/troubles-dys-vers-un-parcours-de-sante-gradue-et-coordonne

Fiche d'information générale pour les parents. Elle ne pose aucun diagnostic et ne remplace pas l'avis du médecin ni des professionnels qui suivent votre enfant. Chaque enfant est différent. Mise à jour : novembre 2026. Nana & Nono, édité par EasyIdel · nanaetnono.fr · à partager librement, sans modification ni vente.